



健やかサロン (主催 公民館)

毎月第1・第3木曜日 10:30～12:00

- ・日時：9月3日(木)
- ・内容：うつ病予防講話と軽体操
- ・講師：東区保健福祉センター
校区担当保健師 安永 真里衣氏



- ・日時：9月17日(木)
- ・内容：『ボッチャ』(ボールを投げて得点を競うスポーツ)
- ・講師：Oniproject 鬼丸 慎史氏



【10月の健やかサロン】

- ・日時：10月1日(木) (共催：衛生献血連合会)
- ・内容：「フレイル予防と栄養指導」
※普段飲んでいるみそ汁の塩分チェックができます。
チェックをご希望の方は、当日みそ汁をお持ちください。
- ・講師：保健師 安永 真里衣氏
- ・日時：10月15日(木)
- ・内容：「人生を楽しみながら元気に過ごす秘訣」
～運動だけが健康の秘訣じゃない～
- ・講師：理学療法士 駒形 芳和氏



わんぱく広場 (主催 公民館)

毎月第2木曜日 10:30～12:00

- ・日時：9月10日(木)
- ・内容：絵本の読み聞かせ・水遊び
- ・対象：未就園児親子



☆上記の時間内でしたら途中からでも参加できますので都合に合わせてお越しください。(あれば水着、タオル、着替え持参してね！)

☆あなたの作品で文化祭に華を☆

陶芸教室 (主催 公民館)



- ・日時：9月8日(火) 10:00～12:00
 - ・内容：手回しろくろでマグカップ、お椀、お皿など自由に作品を作しましょう。
 - ・講師：やわら木 後藤 和正氏 ・材料費：1,000円
- ※定員に達しましたので〆切りました。申込みされた方はお忘れなくお越しください。

おとなの工作広場 (主催 公民館)

- ・日時：10月26日(月) 10:30～12:00
 - ・内容：お花紙でしめ飾り作り
 - ・材料費：500円
 - ・定員：先着15名 定員になり次第〆切
- ※自分好みの飾りをつけて世界に一つだけのしめ飾りを作しましょう。



寄せ植え講座 (主催 公民館)

※11月2日(月)に寄せ植え講座を予定しております。
詳細は10月号でお知らせします。

公民館文化祭 展示作品募集



【開催日】11月7日(土)、8日(日)
【募集期間】10月1日(木)～10月31日(土)
※手芸、工作、習字、絵画など、みなさまの一品をお待ちしています。

母子巡回相談 (地域保健福祉課)

予約不要

- ・日時：10月6日(火) 10:00～10:30
- ・場所：城浜公民館 講堂

よろず相談 (東区社会福祉協議会)

- ・9月のよろず相談はありません。
 - ・次回は10月1日(木)です。
- ※急なお困りごとなどありましたら直接お電話でご相談ください。
東区社会福祉協議会 TEL643-8922

人権標語募集 (人権尊重推進協議会)

- ・受付期間 9月1日(火)～9月12日(土)
- ・応募用紙は公民館に準備しています。
- ・応募作品は未発表のものに限ります。

秋祭り出店者会議 (秋祭り実行委員会)

- ・日時：9月8日(火)
19:30～21:00
- ・場所：城浜公民館

マイナンバーカードの申請手続き

- ・日時：9月28日(月) 14:00～16:00
- ・場所：城浜公民館 講堂
- ・対象者：東区に住民票のある方
- ・事前予約終了日：9月17日(木)

城浜校区献血の日 (衛生・献血連合会)

- ・日時：10月22日(木) 14:00～16:00
- ・場所：業務スーパー前広場



買い物支援 移動販売

☆毎週木曜日に移動販売を開催しています。
『筑前はかたや』15:00～
※雨の日も販売しています。



公民館の休館について

- ・9月6日(日)は利用申し込みがありませんでしたので休館いたします。
- ・9月30日(水)は月末日の定例休館日です。
- ・10月4日(日)は利用申し込みがない場合は臨時休館いたします。利用を希望される方は9月24日(木)までにお申込みください。

裏面へ

認知症コミュニケーション・ケア技法「ユマニチュード」講座

- ・日 時：9月24日（木）10：45～11：45
- ・場 所：城浜公民館 講堂
- ・定 員：30名 申込み〆切 9月10日（木）
- ・申込方法：下記の二次元コードを読み込んでいただきオンラインでお申込みください。オンラインでのお申込みが難しい場合は、福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局 TEL：092-600-2786（平日9：00～17：00）へご連絡ください。公民館でも受付できます。

*ユマニチュードとは、認知症の人に優しさを伝えるコミュニケーションの技術です。ユマニチュードの基本的な技術について学び、認知症の人に優しいまちをつくりましょう。

【問合せ先】福岡市ユマニチュード講座一斉実施事務局
〒812-0007 福岡市博多区東比恵 1-4-10-3F
TEL：092-600-2786 FAX：092-451-0550
E-mail：fuk-huma@nta.co.jp
受付時間：9：00～17：00（土・日・祝日 休業）



サブスクリプション アプリの削除だけでは解約になりません！

- サブスクリプション(サブスク)は、定められた料金を定期的に支払うことで一定期間商品やサービスを利用できるサービスです。一度契約すると、利用しなくても解約しない限り支払いが続きます。
- サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除したり、アプリをアンインストールするだけでは解約とはなりません。事業者の定めた方法で解約することが必要です。
- 無料のお試しの場合は、お試し期間が終わると自動的に定額サービスに移行することが多いので注意が必要です。
- 利用していないサブスクの請求に気付けるように、クレジットカードやキャリア決済等の明細は、毎月確認しましょう。
- 困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン188）。



福岡市消費生活センター相談コーナー TEL：092-781-0999

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴2-5-1 あいれふ7階

月曜日～金曜日 9時～17時 ※来所による相談は予約制です

土曜日 10時～16時（電話相談のみ）インターネット消費生活相談

祝休日、年末年始（12/29～1/3）はお休みします

福岡市消費生活

検索

令和8年度 東区人権を考えるつどい



多様な背景を持つ外国人労働者とともに暮らす「新たな移民時代」を迎えたい、私たちの社会は大きな転換点に立っています。本講演では、全国各地を取材してきた報道チームの視点から、現場で見えてきた現実や課題、そして共に生きるためのヒントを分かりやすくお伝えします。違いを知り、理解し合い、尊重し合う社会を実現するために、いま私たち一人ひとりに何ができるのか、共に考えてみませんか。

講師：坂本 信博さん
（西日本新聞社上級専門委員）

1972年福岡生まれ。マレーシアの邦字紙記者、日本の商社勤務を経て、1999年に西日本新聞社入社。長崎総局、宗像支局、社会部、東京支社報道部などで医療・教育・政治・安全保障の取材や調査報道に従事。2017年にキャンペーン報道「新移民時代」で石橋湛山記念早稲田ジャーナリズム大賞受賞。2018年に双方向型課題解決型報道「あなたの特命取材班」（日本記者クラブ特別賞受賞）を創設。2020年から3年間、中国総局長（北京特派員）を務め、調査報道大賞特別賞を受賞。主な著書に「新移民時代」、「三国志を歩く 中国を知る」など。



日時
令和8年
10月1日 木
14:00開演
(13:30開場、15:30終演予定)

会場
東市民センター
なみきホール
(なみきスクエア)
〒813-0044
福岡市東区千早 4-21-45

入場無料
先着500名
事前の参加申込不要
手話通訳 要約筆記
託児 託児あり（先着8名）
1歳以上から未就学児
※希望者は9/25までに下記電話番号へ申込を

お申込み
お問い合わせ



TEL:092-674-3981 FAX：092-674-3972

主催：東市民センター（指定管理者 なみきスクエアみらいネットワーク）
共催：東区人権尊重啓発連絡会議、東区役所

ユニボイス（音声案内）

日本視覚障がい情報普及支援協会が開発した音声コードです。専用アプリで読み取ると、記録されている情報を音声で聞くことができます。

